

Tapas, Paella und ganz viel Sonne: Spanien



Foto: © Claren e Alford/Fotolia.com



Ein Königshaus, das regelmäßig für Berichte in den Boulevardblättern sorgt, die Tradition des Stierkampfes, die trotz jährlicher Todesopfer weiterhin ihre Bewunderer hat, und ein Land, in dem Einheimische und Urlauber gleichzeitig Ski fahren, Sonnenbaden, Wandern, Pilgern und wilde Tiere wie Bären, Wölfe oder Luchse beobachten können – all das ist Spanien. Dazu kommen Spezialitäten, die im Bewusstsein von Kochenden und Essenden auch außerhalb des Landes präsent sind wie Tapas, Paella, Gazpacho, Aioli, Iberico-Schinken oder Chorizos, die spanischen Würste, außerdem eine vielfach imitierte Gourmetküche, die mehr mit Konzentraten und Aromen denn erkennbaren Endprodukten auf dem Teller arbeitet – all das ist ebenfalls Spanien. Aber: Im Großen und Ganzen hat das Land eine bodenständige Küche mit regionalen Zutaten und einfachen, aber schmackhaften Gerichten, deren Eigenart auf die Einflüsse zahlreicher Völker zurückgeht, die den spanischen Boden in

den vergangenen 3.000 Jahren erobert und/oder bewohnt haben: Griechen, Römer, Araber, Juden und Christen; außerdem die großen Seefahrer und Entdecker, die viele bis dahin unbekannte Produkte aus der Neuen Welt in die Alte brachten.

3.000 Jahre Geschichte

Um 1.000 vor Christus waren die Phönizier als Seefahrer und Händler bereits Siedler an den Südküsten Spaniens, zum Beispiel im heutigen Cádiz. Später folgten die Römer, die laut Quellenberichten den Schinken aus ihrer damaligen Kolonie „Hispania“ besonders schätzten. Die Westgoten lösten sie ab. Die Ankunft der Mauren aus Nordafrika im achten Jahrhundert war der Beginn einer mehrere Jahrhunderte dauernden Blütezeit. Denn von ihrer Architektur, dem Garten- und Landschaftsbau, ihrer Kochkunst, Technik, aber auch Literatur, Philosophie und insbesondere

Toleranz gegenüber anderen Religionen profitierte das Land bis Ende des 15. Jahrhunderts. Da beendeten die Könige Isabella I. von Kastilien und Ferdinand II. von Aragón die „Reconquista“ (Rückeroberung) des Landes erfolgreich und Spanien wurde tief katholisch inklusive einer teils brutalen Inquisition. Ab Anfang des 16. Jahrhunderts waren die Habsburger auf dem spanischen Thron, anschließend die Bourbonen. Nach und nach verlor das Land seine dominierende Stellung zur See und in den Kolonien in Mittel- und Südamerika. Anfang des 20. Jahrhunderts war Spanien im europäischen Vergleich weit zurück. Der Spanische Bürgerkrieg (1936-1939) als nationales Trauma, dessen Wirkungen teilweise heute noch zu spüren sind, brachte General Franco an die Macht. Erst nach dessen Tod und dank des jungen Königs Juan Carlos gelang Spanien der Weg in die Demokratie. Die rund 47 Millionen Menschen (einschließlich der Inseln), die

heute in der parlamentarischen Monarchie leben (davon rund 12 % ausländischer Herkunft), sprechen teilweise mehrere einheimische Sprachen. Denn neben „Spanisch“ (eigentlich „Kastilisch“) sind in einzelnen Regionen zusätzlich Katalanisch, Galizisch und Baskisch offizielle Amtssprachen. Die größten Metropolregionen des Landes sind die Hauptstadt Madrid mit rund sieben Millionen und Barcelona mit 4,9 Millionen Einwohnern.

Tapas als Lebensgefühl

Die vielleicht typischste Eigenart der spanischen Esskultur hat viel mit der Lebensweise, der Art der Menschen und der geografischen Lage des Landes zu tun: die Temperaturverhältnisse sorgen

dafür, dass es eine lange Mittagspause zur heißesten Zeit des Tages gibt. Das Abendessen als wichtigste Mahlzeit des Tages findet entsprechend meist sehr spät statt – im Sommer nicht vor 21.00 oder 22.00 Uhr. Aber natürlich braucht es angesichts des spärlichen spanischen Frühstücks kulinarische Kleinigkeiten, um die Zeiten zwischen den Hauptmahlzeiten zu überbrücken. In Spanien heißen diese Kleinigkeiten „Tapas“ (oder „Pinchos“ im Baskenland). Das Besondere an ihnen ist ihr kommunikativer Aspekt: Während des Essens pflegen die Spanier ihre lebhafteste Kommunikation, die im zwanglosen öffentlichen Raum zum Volkscharakter gehört. In der Mittagspause und nach der Arbeit strömen viele in die entsprechenden Tapas-Bars und einfachen Gaststätten. Andalusien

gilt als die Hochburg des Tapas-Genusses. Auf die Besucher wartet eine unglaubliche Vielfalt an Häppchen, die von kleinen Knabberereien, Oliven oder Wurst- und Käsestückchen über Anchovis, Schinken, frittiertes Gemüse, gebratene Kartoffeln und kleine Salate bis hin zu warmen Fisch-, Meeresfrüchte-, Fleisch- und Wildgerichten oder Tortilla reichen. In Soße gegarte Speisen werden meist in „Cazuelitas“, kleinen braunen Tontöpfchen serviert; Spießchen und Gegrilltes kommen oft direkt aufs Brot und manche Spezialitäten werden auf der heißen Eisenplatte zubereitet (vor allem Champignons und Meeresfrüchte). Wein, manchmal Bier, Wasser und andere nichtalkoholische Getränke gehören als Begleiter dazu. Eine flüssige spanische Spezialität soll den Tapas



Foto: © Heron/Fotolia.com



Foto: © Mauritius



Foto: © Mauritius

Spezialitäten aus Spanien – weltbekannt: Tapas, Rioja, Tortilla und Crema Catalana



Foto: © Bernd Juergens/Fotolia.com

ihren Namen gegeben haben: „Tapa“ heißt Deckel, und einen solchen haben die spanischen Wirte auf die Weingläser ihrer Gäste gelegt, um Fliegen abzuhalten. Anfangs war ein Tapa nur ein Stück Brot, dessen Einfachheit „Olive für Olive“ bis zum heutigen beeindruckenden Angebot erweitert wurde.

Alltagsküche

Zu einem normalen warmen Essen am (Nach-)Mittag oder Abend gehören in Spanien, ebenso wie in Frankreich und Italien, drei Gänge: Vorspeise, Hauptgang und Dessert. Dazu kommen Weißbrot und Wasser auf den Tisch. Die spanischen Vorspeisen haben einen leichteren Charakter als ihre italienischen und französischen Pendanten: Salat, Gemüse oder eine Suppe ist oft ausreichend. Die überall im Land beliebten Eintöpfe, meist mit Hülsenfrüchten (Kichererbsen oder Bohnen), Paprika, Kartoffeln, Tomaten oder Innereien zubereitet, entsprechen dagegen fast schon einer ganzen Mahlzeit. Sie sind die Favoriten in Herbst und Winter und haben ihren Ursprung in den bäuerlich-ländlichen Regionen. Je nach Landesteil und Nähe zum

Meer sind eher Fisch und Meeresfrüchte oder Fleisch und Wurstwaren dominant: Fleisch (besonders gerne von Jungtieren wie Spanferkel oder Zicklein), Fisch oder Huhn; vielfach als Braten- oder Schmorgericht, und dazu Pommes frites als beliebteste Beilage. Obst, Cremes (inklusive der berühmten „Crema Catalana“), Flan oder Eis runden das Essen ab. Auffällig an der spanischen Küche ist die intensive Verwendung einheimischer Produkte, aus denen schlichte, aber schmackhafte Gerichte entstehen. Knoblauch und Olivenöl sind elementare Bestandteile der Küche, Kräuter dagegen – je nach Region – eher weniger. Dafür spielen Eier eine herausragende Rolle: als Omelette („Tortilla“) mit Kartoffeln, Zwiebeln, wahlweise auch verschiedenen Gemüse-, Fisch- und Fleischfüllungen oder frisch aufgeschlagen über einer „Fritada“ (kleingeschnittenes, gebratenes Gemüse). Oder sie kommen in einem der Desserts zum Einsatz. Der kulinarische Reiz der spanischen Küche ist vor allem auf die Jahrhunderte dauernde Verschmelzung der mediterranen Produkte Olive und Weizen mit den Erzeugnissen aus (ehemals) fernen Ländern wie Reis, Aubergine, Artischocke,

Spinat, Orange (alle aus Nordafrika) sowie Mais, Bohne, Kartoffel, Tomate und Paprika (aus Amerika und der Karibik) zurückzuführen.

Spezialitäten quer durchs Land

Im Norden Spaniens werden die Zutaten der Atlantikküste und aus den Bergen meist in großen Portionen zubereitet. Im Baskenland gehören fast immer besondere Soßen dazu, etwa die grüne Soße mit Erbsen und Petersilie zu Seehecht oder Stockfisch, ein gerne genutztes Ausgangsprodukt. Das gilt in noch größerem Maß für Schweinefleisch. Schinken und Würste werden fast überall daraus hergestellt, teilweise nach recht ungewöhnlichen Rezepten, etwa als Blutwurst mit Trüffel oder als helle Wurst mit Zimt. Der bekannte Serrano-Schinken stammt aus der Region Navarra im Norden, der exklusive „jamón ibérico“ vom iberischen Schwein aus dem Südwesten.

Fischfang und Muschelzucht kennzeichnen den Küstenstreifen im Nordwesten, der dank des regenreichen Atlantikklimas fast immer grün ist. Meeresfrüchte

REZEPT

Das Sommerrezept: Gazpacho

Ursprünglich ein Essen der Landarbeiter im heißen Andalusien, ist Gazpacho heute als kalte Suppe in verschiedenen Varianten – je nach Verfügbarkeit der Gemüsearten – ein Standard der spanischen Küche als Zwischenmahlzeit oder Vorspeise vor allem im Sommer. Sie löscht den Durst und versorgt den Körper mit Mineralstoffen und Salz. Ihre Konsistenz kann von flüssig bis sehr sämig reichen. Grundlage jeder Gazpacho sind Knoblauchzehen, Salz, Olivenöl, Weißbrotwürfel, Sherry-Essig und Wasser.



Foto: © Toyalegido/leex

Zutaten:

- 3 Scheiben Weißbrot (ohne Rinde) in Würfeln
- 3 Knoblauchzehen
- Salz, schwarzer Pfeffer
- 4 EL Olivenöl
- 500 g reife Tomaten
- 1 Paprikaschote
- 1 Salatgurke
- 1 Zwiebel
- 2 EL Sherry- oder Weinessig

Zubereitung:

Würfel einer Brotscheibe zur Seite stellen. Knoblauch mit einer Prise Salz zerdrücken. Die restlichen Brotwürfel dazugeben. Unter Rühren nach und nach Öl zugeben und eine gleichmäßige Paste herstellen; etwa 30 Minuten ruhen lassen. Gemüse putzen, schälen, möglichst entkernen und ein Drittel davon in kleine Würfel schneiden. Den Rest mit der Knoblauchpaste pürieren. Durch ein Sieb streichen und mit dem Essig sowie ½ bis ¾ Liter Wasser verdünnen. Ein bis zwei Stunden im Kühlschrank ziehen lassen. Nochmals durchrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kalt mit den zurückbehaltenen Gemüse- und den vorher gerösteten Brotwürfeln sowie nach Geschmack mit Schinkenwürfelchen und gerösteten gehackten Nüssen servieren.

finden sich etwa in der galizischen „Pulpo a la Feira“, also „Tintenfisch auf Festtagsart“, oder im für Asturien typischen Fischtopf. Diese Region steht auch für den (weißen) Bohneneintopf „Fabada“, in dem Safran, Knoblauch und deftige Würste nicht fehlen dürfen. An der langen spanischen Mittelmeerküste trifft der kulinarisch Reisende neben Fisch und Fleisch auf viel Gemüse und Reis. Typische Gerichte sind Tomatenbrot und „Escalivada“ (geschmortes Gemüse) in Katalonien, Reisgerichte inklusive Paella aus der Region Valencia und abwechslungsreiche Salate und Omelettes aus Murcia, wo auch ausgedehnte Orangen-, Mandarinen- und Zitronenhaine zu finden sind. Weiter landeinwärts, im Landesteil Aragón, stehen „rote“ Produkte im Mittelpunkt: Paprikaschoten, der dunkelrote „Jamón de Teruel“ sowie der Rotwein aus La Rioja. In Richtung Süden bis nach Andalusien wird es für den Mitteleuropäer exotischer. Denn Flamenco, Knoblauchduft, Tapas in größter Vielfalt, Gerichte, die mit Mandeln verfeinert werden, die kalte Gemüsesuppe Gazpacho, die wohl besten Oliven und Olivenöle des Landes sowie die alkoholische Köstlichkeit Sherry machen die Region aus. Mitten im Land liegt Madrid, die Stadt, die neben den internationalen Angeboten einer europäischen Metropole für deftiges Essen mit Fleisch, Wurst, Geflügel und Hülsenfrüchten steht. All das und dazu Kartoffeln gehören in den einst bescheidenen Eintopf „Cocido Madrileño“, der heute ein üppiges mehrgängiges Mahl geworden ist und sich auf vielen Speisekarten der Hauptstadt findet. Ähnlich deftig sind die Eintopfgerichte („Calderatas“) aus der Extremadura und der Fleischtopf („Morteruelo“) aus Kastilien-La Mancha. Das spanische Landesinnere glänzt allerdings auf den ersten Blick mehr durch extreme Wetterverhältnisse wie kalte Winterstürme und sengende Sommerhitze als durch kulinarische Höhepunkte.

Wer nun noch das Flugzeug zu den Kanarischen Inseln nimmt, landet nur rund 150 Kilometer vom afrikanischen Kontinent entfernt. Dort setzt die Kargheit dem kulinarischen Genuss seine Grenzen. Aber „Papas Arrugadas“ (Runzelkartoffeln) mit ihren „Mojo“-Soßen sowie Gerichte mit inseleigenen Bananen erfreuen sich auch bei Touristen großer Beliebtheit.



Spanien pur: Paella

Wer hierzulande nach einem typisch spanischen Essen fragt, wird vermutlich am häufigsten Paella zur Antwort bekommen. Das bekannteste spanische Gericht, das in besonderer Weise für die spanische Geselligkeit steht, war ursprünglich eine einfache regionale Spezialität aus Valencia. Paella zeichnet sich durch das gemeinsame Kochen aller Zutaten aus. Auf diese Weise saugt der Reis die verschiedenen Geschmacksstoffe bestmöglich auf.

Um eine Paella authentisch zuzubereiten, braucht es die „Paellera“, eine runde, flache Pfanne, die es in verschiedenen Größen je nach Personenzahl gibt. Ideal, wie in früheren Zeiten, ist das Garen über offenem Feuer, so dass das Gericht ein leicht rauchiges Aroma annimmt. In die heute typische Paella aus Valencia gehören neben Reis und Safran Hühnerfleisch (oder Kaninchen), Kalmare, Garnelen sowie grüne Bohnen, Erbsen und rote Paprika. Früher verwendete man das, was gerade auf dem Bauernhof, im Garten oder nach der Jagd verfügbar war. Weitere Varianten sind Paella nur mit Fleisch (Hähnchen, Kaninchen, Ente, Schwein), nur mit Fisch und Meeresfrüchten oder vegetarisch.

Alle guten Paellas sind nicht nur ein Gaumen-, sondern auch ein Augenschmaus, wenn sie schön dekoriert mit Tomate, Zitrone, Oliven und den separat gegarten Muscheln auf den Tisch kommen. Abzuraten ist in Gaststätten von „gemischten Paellas“, da sie eher ein Resteessen als eine echte Köstlichkeit sind.

Besondere Anlässe

In der spanischen Küche werden diverse Fest- und Feiertage, meist mit religiösem Hintergrund oder zu Erntezeit und Weinlese, zum Anlass für besondere Köstlichkeiten genommen. Familie, Freunde und Nachbarn kommen zum Essen und Feiern zusammen und genießen an Weihnachten zum Beispiel Lamm- oder Truthahnbraten sowie Marzipan und spezielles Gebäck. Letzteres erhält sein besonderes Aroma häufig durch Mandeln und Honig sowie Samen wie Sesam, Anis, Fenchel oder Mohn – ein geschmackvolles jüdisch-muslimisches Erbe in Spanien. Zum Tag der Heiligen Drei Könige („Los Reyes Magos“) am 6. Januar erfolgt die Bescherung der Kinder mit Geschenken. In den für diesen Tag typischen Dreikönigskranz wird traditionell eine kleine Überraschung eingebakkt, meist eine

Münze oder eine kleine Porzellanfigur. Wer sie beim Essen findet, ist der König des Festes. Fast immer gehört zu einem solchen Gebäck sowie zu den überall beliebten „Churros“ (in Öl ausgebackenes, längliches Spritzgebäck, das vielfach an eigenen Verkaufsständen angeboten wird) eine Tasse heiße Schokolade. Denn Spanier sind leidenschaftliche „Tunker“: schon beim Frühstück tunken sie Brot oder Kekse in den Kaffee und so geht es den Tag über weiter. Nach einem langen Festabend oder am frühen Morgen danach stärken sich die Spanier auf dem Heimweg gern mit heißer Schokolade und „Churros“.

Zum Weiterlesen:

- www.geotoura.com/spanien-lexikon/aceite-de-oliva.php